

PELATIHAN DETEKSI DINI STROKE “METODE FAST” PADA LANSIA DI NAGARI JAWI-JAWI KABUPATEN SOLOK SUMATERA BARAT

Rinita Amelia¹, Dessy Abdullah², Fidiariani Sjaaf³, Nadia Purnama Dewi⁴

¹Fakultas Kedokteran, Universitas Baiturrahmah/Departemen Histologi

²Fakultas Kedokteran, Universitas Baiturrahmah /Departemen Farmakologi

³Fakultas Kedokteran, Universitas Baiturrahmah/Departemen Mikrobiologi

⁴Fakultas Kedokteran, Universitas Baiturrahmah/Departemen Anatomi

Email: rinitaamelia@gmail.com / rinitaamelia@fk.unbrah.ac.id

ABSTRACT

Stroke is a degenerative disease that often occurs on elderly people. Stroke causes the life quality of elderly people becomes low, in which they will face dependence in various life activities. Fatal and permanent effects due to stroke can be avoided if the patient gets medical services quickly and precisely in 3-5 hours. Usually this golden period makes stroke quickly overcome and the prognosis is better.

FAST is one of stroke early detection methods which is easy to teach and understand for elderly people. FAST stands for Face, Arm, Speech, and Timing. This training will teach the patients to recognize the initial symptoms of stroke, and what to do immediately if such matter happens, using this method. The results of this training is for the patients to achieve their ability in preventing stroke earlier by the FAST method, properly and correctly, through demonstration test.

Based on the training and education results, the participants received appreciation from various parties, especially the elderly people in Nagari Jawi-jawi, Solok Regency, the cadres of the Integrated Services Post, and families with elderlies. Most of the trainees were elderly women aged 61-75 years. The follow-up is a program evaluation that would be carried out by the team of Students Creativity Program in coordination with the local Regional Government to be continued by the cadres of the Integrated Service Post for all the elderly people in Nagari Jawi-jawi, Solok Regency, and it is also expected that all participants can socialize to their families and surrounding environment about this FAST method.

Keywords: FAST Method, Stroke Early Detection, Elderly People

ABSTRAK

Stroke adalah penyakit degeneratif yang banyak terjadi pada lansia. Akibat dari stroke kualitas hidup lansia menjadi rendah, dimana lansia yang mengalami stroke akan menghadapi ketergantungan dalam berbagai aktivitas hidup. Efek fatal dan permanen yang bisa terjadi akibat serangan stroke dapat dihindari jika seseorang yang terkena stroke mendapat pelayanan medis cepat dan tepat dalam 3-5 jam. Biasanya Golden period ini membuat penyakit stroke cepat diatasi dan prognosis menjadi lebih baik.

FAST adalah salah satu metode deteksi dini stroke yang mudah diajarkan dan dipahami bagi lansia. Singkatan Akronim FAST adalah Face, Arm, Speech, Timing. Pada pelatihan ini akan diajarkan bagaimana peserta mengenal gejala awal stroke dan apa yang harus segera dilakukan jika hal tersebut terjadi menggunakan metode ini. Hasil dari peserta pelatihan adalah tercapainya kemampuan peserta dalam melakukan upaya pencegahan dini stroke dengan metode FAST dengan baik dan benar melalui uji demonstrasi.

Dari hasil pelatihan dan edukasi pada peserta lansia ini, mendapat apresiasi dari berbagai pihak terutama para lansia yang berada di nagari jawi-jawi kabupaten Solok, para kader posyandu lansia dan keluarga yang memiliki lansia sebagai anggota keluarga. Peserta pelatihan yang terbanyak adalah lansia wanita berusia 61-75 tahun. Upaya tindak lanjutnya adalah evaluasi program yang akan dilaksanakan oleh tim PKM berkordinasi dengan pemda setempat untuk dilanjutkan oleh para kader posyandu lansia terhadap seluruh lansia di kenagarian Jawi-jawi kabupaten Solok dan diharapkan juga para peserta dapat mensosialisasikan ke lingkungan keluarga dan sekitarnya tentang metode FAST ini

Keyword: Lansia, FAST Methods, Deteksi Dini Stroke

PENDAHULUAN

Peningkatan usia harapan hidup penduduk Indonesia yang dapat mencapai kisaran 65 tahun akan diikuti dengan penambahan jumlah lansia hidup di Indonesia. World Health Organization (WHO, 2010), jumlah persentase lansia di dunia diperkirakan mencapai 9.11 persen dari jumlah seluruh penduduk di dunia. Sedangkan Biro Pusat Statistik memproyeksikan jumlah lansia di Indonesia tahun 2005-2010 diperkirakan sama dengan jumlah balita yaitu 8.5 persen dari total penduduk Indonesia. Di tahun 2025 seperlima penduduk Indonesia adalah lansia (Arianto, 2016). Kondisi ini dapat menyebabkan peningkatan masalah penyakit degeneratif dan keluhan yang muncul sehingga dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia. Salah satu kelainan degeneratif yang sering terjadi adalah disebabkan gangguan aliran darah dan jantung yang dapat mengganggu oksigenasi otak. Akibatnya dapat terjadi kerusakan sel dan serabut syaraf yang dikenal dengan istilah STROKE. Stroke dapat disebabkan oleh berbagai penyakit dasar seperti diabetes mellitus, penyakit jantung dan hipertensi serta penyakit degeneratif lainnya. Dari data Yayasan Stroke Indonesia angka kejadian stroke bisa mencapai 63.52 per 100.000 pada kelompok usia 65 tahun keatas. Secara kasar setiap hari dua orang Indonesia terkena stroke, menurut Asanti (2010) dalam Putra dkk (2011). Departemen Kesehatan (Depkes) tahun 2008, sekitar 15,9% penyebab kematian adalah disebabkan penyakit stroke dari keseluruhan penyebab kematian. Selain menyebabkan kematian, stroke juga dapat menimbulkan masalah kesehatan pada penderitanya sehingga dapat mengganggu aktivitas dan mengurangi kualitas hidup lansia. Stroke adalah cedera mendadak dari pembuluh darah yang terjadi pada otak sehingga aliran darah yang membawa oksigen dan glukosa

Prosiding the 1st Seminar Nasional ADPI Mengabdikan Untuk Negeri Peran Pengabdian Masyarakat dalam Meningkatkan Mutu Pendidikan dan Kesejahteraan Masyarakat di Era Revolusi Industri 4.0 Volume 01 Nomor 01 Tahun 2020, 25-32

terganggu, sehingga oksigen dan glukosa yang merupakan nutrisi bagi sel otak untuk menjalankan kehidupan dari seluruh sistem organ. Serangan stroke sering terjadi secara mendadak dan menimbulkan gejala khusus sesuai bagian otak yang tidak tersuplai darah. Maka itu, penderita stroke harus segera mendapatkan pertolongan secepat mungkin agar kerusakan sel otak yang terjadi minimal sehingga tidak menimbulkan cacat atau gejala sisa akibat serangan. Cacat dapat berupa kelumpuhan anggota gerak, proses berpikir, gangguan bicara dan memori, bahkan dapat menimbulkan kematian (Sari, Yuliano and Almudriki, 2019). Mengetahui dan mengenali gejala stroke menjadi hal penting yang harus diketahui masyarakat luas dalam upaya pencegahan penyakit dan meminimalisir komplikasi yang dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia. Tindakan yang cepat dan tepat pada saat serangan diharapkan menjadi modal pengetahuan dalam menurunkan angka mortalitas dan morbiditas penderita stroke. Deteksi dini stroke menggunakan metode FAST (Face drooping Arm Weakness Speech difficulty, Time to call doctor/hospital) bisa menjadi pilihan untuk menambah keterampilan dan pengetahuan dalam upaya tersebut (Darwati, Purwati and Setianingsih, 2019).

TINJAUAN PUSTAKA

Stroke adalah kedarutan medik yang terjadi akibat gangguan suplai darah menuju sel otak sehingga terjadi kerusakan dan kematian sel-sel dan jaringan otak yang dapat menimbulkan resiko disabilitas jangka panjang bahkan kematian (Darwati, Purwati and Setianingsih, 2019). Berkurangnya aliran darah dan oksigen ini disebabkan oleh penyumbatan, penyempitan atau pecahnya pembuluh darah. Tersumbatnya pembuluh darah menyebabkan terpotongnya suplai oksigen dan nutrisi yang mengakibatkan terjadinya kerusakan jaringan otak (Suwaryo, 2019). Stroke dapat terjadi dimulai pada usia produktif (Depkes, 2008).

Keadaan ini diperberat dengan perilaku masyarakat yang salah dalam menyikapi kejadian tersebut dengan tidak segera datang ke dokter atau rumah sakit. Sebagian besar pasien dan keluarganya tidak mengenali gejala stroke sehingga keterlambatan dalam penanganan sejak onset serangan. Peningkatan pengenalan gejala stroke dapat berdampak pada kualitas hidup lansia yang terkena dan mempengaruhi pada tingkat kemandirian penderita sehingga dapat menjadi beban pada keluarga dan lingkungan (Wall *et al.*, 2014). Efek fatal dan permanen yang bisa terjadi akibat serangan stroke dapat dihindari jika seseorang yang terkena stroke mendapat pelayanan medis dalam 3-5 jam. Biasanya Golden period ini membuat cepat sembuh dan prognosis penyakit menjadi lebih baik (Hesnia *et al.*, 2012).

Tanda dan gejala klinis stroke dapat berupa Rasa baal dan kelemahan pada salah satu sisi wajah, lengan dan kaki, perasaan bingung dan sulit bicara, gangguan penglihatan pada satu sisi mata atau keduanya, sulit berjalan, gangguan keseimbangan dan koordinasi dan berbagai gejala lain pada daerah kepala.

Tata cara deteksi dini stroke menggunakan metoda FAST (Sannio, 2007)

1. FACE

Cara : Mintalah orang yang dicurigai stroke untuk tersenyum. Perhatikan apakah wajahnya tampak asimetris?

2. Arms

Cara: Mintalah orang yang dicurigai stroke untuk mengangkat kedua lengan lurus kedepan dan menahannya untuk beberapa detik. Apakah ia hanya dapat mengangkat satu tangan saja? Bila dapat mengangkat kedua lengannya, apakah salah satu lengan terlihat turun?

3. Speech

Cara: Mintalah orang yang dicurigai stroke untuk mengulang beberapa kalimat. Apakah ia mampu berbicara jelas atau terdengar pelo? Akan lebih jelas bilak kalimat yang diucapkan mengandung banyak konsonan R seperti ulaar melingkar diatas pagar

4. Time

Time is brain, setiap detik sangat berharga. Bila di temukan salah satu gejala diatas, segera hubungi atau bawa pasien ke unit gawat darurat (UGD) rumah sakit terdekat yang memiliki fasilitas penanganan stroke terpadu.

Metode ini secara luas dan bertahap dapat diberikan kepada masyarakat untuk meningkatkan status kesehatan masyarakat secara umum dan mencegah kecacatan serta kematian penderita serangan stroke secara cepat (Arianto, 2016).

METODE

Solusi yang ditawarkan

Dalam mengatasi permasalahan mitra dan pencapaian luaran yang diinginkan dilaksanakan kegiatan dalam bentuk:

1. Penyuluhan
2. Pelatihan Deteksi dini stroke

Mekanisme Pelaksanaan kegiatan

A. Khalayak Sasaran yang Strategis

Lansia binaan puskesmas kecamatan jawi jawi kabupaten Solok dan kader lansia dalam acara USR (University Social and Responsibility) Universitas Baiturrahmah

B. Keterkaitan

Kerjasama Universitas Baiturrahmah, PEMDA Solok dengan kecamatan jawi jawi dan puskesmas

C. Metode Kegiatan

Pelatihan deteksi dini stroke dengan menggunakan metode FAST

1. Pemberian pengetahuan tentang pengontrolan tekanan darah pada lansia
2. Pemberian pengetahuan tentang stroke
3. Pemberian pengetahuan tentang deteksi dini stroke dengan metode FAST
4. Pelatihan deteksi dini stroke dengan metode FAST terhadap lansia

D. Rancangan Evaluasi

- Tim Puskesmas akan menindaklanjuti kegiatan deteksi dini kepada seluruh lansia di wilayah kerja, bekerjasama dengan tim FK Baiturrahmah
- Pelatihan deteksi dini stroke pada kader posyandu di wilayah kerja puskesmas

Mekanisme pengabdian masyarakat ini melewati proses sebagai berikut

a. Fase pengumpulan data

Pada fase ini dilakukan pengumpulan data dari audiensi yang dilakukan dengan mitra pengabdian yaitu pemerintah nagari jawi jawi dan puskesmas, dan juga wawancara yang dilakukan dengan masyarakat nagari

b. Fase persiapan

Pada fase ini dikumpulkan bahan studi kepustakaan untuk penyuluhan dan materi pelatihan

c. Fase pelaksanaan pelaksanaan pengabdian adalah sebagai berikut :

1. Pengabdian masyarakat dengan melakukan Pelatihan deteksi dini stroke pada lansia di wilayah kerja puskesmas kenagarian jawi jawi gunung Talang Solok dengan metoda FAST .
2. Penyuluhan kesehatan
 - a. Topik :
 - Mengenal dan mencegah Faktor Resiko Penyakit Kardiovaskular secara dini
 - Diabetes Melitus dan Hipertensi
 - Pengenalan Gejala Osteoporosis
 - b. Metode : Presentasi Oral dengan audiovisual
3. Pre Elementary Study

Upaya pencegahan penyakit kardiovaskular dengan cara tidak merokok atau berhenti merokok, dikombinasikan dengan olahraga teratur dan/atau kerja fisik merupakan cara tepat untuk meningkatkan ketahanan hidup seseorang dalam upaya pencegahan penyakit degenerative seperti hipertensi, stroke dan PJK (Penyakit Jantung Koroner).

HASIL KEGIATAN

A. Jadwal Pelaksanaan

Pelaksanaan Pelatihan pada lansia dan kader posyandu lansia dilaksanakan pada hari sabtu tanggal 22 Juni 2019

B. Kegiatan

Uraian masing-masing kegiatan yang dilakukan selama 1 hari pada program pemberdayaan masyarakat. Uraian ini meliputi :

- **Judul Kegiatan**
Pelatihan Deteksi Dini Stroke pada lansia binaan posyandu lansia jorong balaioli nagari jawi-jawi
- **Waktu dan tempat pelaksanaan**
Waktu pelaksanaan pada hari sabtu tanggal 22 juni 2019 bertempat : Masjid Raya Nagari Jawi- Jawi
- **Peserta**
Peserta pelatihan adalah lansia yang merupakan anggota posyandu lansia jorong balaioli yang berjumlah 24 orang yang terdiri dari 19 orang lansia laki-laki dan 5 orang lansia perempuan

Tabel 1. Distribusi Peserta Pelatihan Deteksi Dini Stroke di Jorong Balaioli Nagari Jawi-jawi

Usia	Perempuan (N)	%	Laki-laki (N)	%
45- 60 tahun	8	33.33	0	0
61- 75 tahun	10	41.66	4	16.67
>75 tahun	1	4.17	1	4.17

- **Sasaran/ target kegiatan**
Lansia binaan posyandu lansia jorong balaioli nagari jawi-jawi.
- **Tujuan kegiatan**
Melatih lansia dalam deteksi dini stroke dengan menggunakan metode FAST (Fast Arm Speech Timing)

Tabel 2: Rundown Kegiatan

NO	Waktu	Kegiatan	Narasumber
1	13.00- 13.15	Sambutan dari MC	Irsyadil Ihsan
2	13.15- 13.30	Pengantar Pelatihan	Dra Fidiariani Sjaaf MSi
3	13.30- 13.45	Penyuluhan Stroke	Dr. Rinita Amelia M.Biomed
4	13.45- 14.30	Peragaan Metoda FAST	Dessy Abdullah Ssi M.Biomed Dr.Nadia P.Dewi
5	14.30- 15.00	Diskusi dan Praktek	Tim PKM

- Pencapaian Hasil dan Diskusi
 - Peserta pelatihan dapat melakukan upaya pencegahan dini stroke dengan metode FAST dengan baik dan benar
 - Peserta diharapkan dapat mensosialisasikan ke lingkungan keluarga dan sekitarnya tentang metode FAST ini
 - Salah satu pendidikan non formal itu adalah adanya metoda Act FAST. Usia juga bisa mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir. Dengan memberikan pengetahuan akan mengembangkan daya tangkap dan dapat memperbaiki perilaku (Notoatmojo, 2007)
- Evaluasi hasil kegiatan

Pelatihan dilaksanakan pada hari sabtu tanggal 22 Juni 2019 di Mesjid Raya Nagari Jawi-jawi Jorong Balaioli. Pelatihan diikuti oleh seluruh lansia yang hadir yang terdiri dari 19 lansia wanita dan 5 orang lansia laki-laki (tabel 1.). Pada saat pelatihan ini pun semua lansia diajarkan bagaimana mendeteksi kejadian stroke pada diri sendiri, keluarga atau lingkungan sekitar rumah. Pada pelatihan ini diharapkan peserta dapat melakukan deteksi dini stroke secara mandiri. Analisa hasil pelatihan terhadap semua lansia didapatkan hamper seluruh peserta mampu melaksanakan deteksi dini stroke dengan metode FAST. Pelatihan ini diharapkan dapat diterapkan ataupun disosialisasikan pada tingkat keluarga dan lingkungan sekitar rumahnya.

KESIMPULAN DAN SARAN

- **Kesimpulan**
Pelatihan Deteksi dini stroke pada lansia ini mendapat apresiasi dari berbagai pihak dan peserta pelatihan yang terbanyak adalah lansia wanita berusia 61-75 tahun. Hasil evaluasi program ini akan dilanjutkan oleh para kader posyandu lansia terhadap seluruh lansia di kenagarian Jawi-jawi kabupaten Solok
- **Saran**
Diharapkan program ini akan dilanjutkan kepada seluruh lansia yang ada di tiap jorong kenagarian jawi-jawi kabupaten Solok. Pelatihan juga akan diberikan pada

kader-kader penyandu lansia di seluruh jorong nagari jawi-jawi dan seluruh tenaga kesehatan di perifer dapat memasyarakatkan pengetahuan tersebut pada semua lapisan masyarakat.

Dokumen Kegiatan



Gambar 1: Kegiatan Pelatihan Penyuluhan



Gambar 2: Kegiatan Pelatihan Metode FAST

REFERENSI

- [1] Arianto, D. (2016) 'Uji Metode Act Fact (Face, Arm, Speech, Time) terhadap Tingkat Pengetahuan Keluarga', *Keperawatan Muhammadiyah*, 1(1), p. 8.
- [2] Darwati, L. E., Purwati and Setianingsih (2019) 'Penanganan Awal Stroke Non Hemoragic Oleh Masyarakat the Initial Treatment of Non-Hemorrhagic Stroke By the General Public', *Jurnal Gawat Darurat*, 1(2), pp. 45–50.
- [3] Departemen Kesehatan RI, 2008. Riset Kesehatan Dasar 2007, Jakarta
- [4] Hesnia, A. *et al.* (2012) 'MENINGKATKAN MANAJEMEN PRAHOSPITAL PASIEN STROKE pp. 1–3.
- [5] Notoatmojo, S.(2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Prilaku. Jakarta: Rineka Cipta.Hal:*

- [6] Sannio, V. (2007) ‘Valutazione dell ’ ambiente termico nei veicoli Parte 3 : Valutazione del benessere termico mediante l ’ utilizzo di soggetti umani’, pp. 1–15.
- [7] Sari, L. M., Yuliano, A. and Almudriki, A. (2019) ‘Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Keluarga Terhadap Kemampuan Deteksi Dini Serangan Stroke Iskemik Akut Pada Penanganan Pre Hospital’, *JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis’s Health Journal)*, 6(1), pp. 74–80. doi: 10.33653/jkp.v6i1.241.
- [8] Suwaryo, Putra, Widodo, Wahyu Setianingsih, Endah. *The Risk Factors That Influence The Incidence of Stroke*. Jurnal Keperawatan, 11(4), pp251-260, 2019.
- [9] Wall, H. K. *et al.* (2014) ‘Addressing Stroke Signs and Symptoms Through Public Education : The Stroke Heroes Act FAST Campaign’, (May 2008).
- [10] WHO. (2013). Stroke, World Heart Federation {database on the Internet}. Profil Kesehatan Indonesia